

Warunki prenumeraty:
w Warszawie: rocznie Rb. 4,
półrocznie Rb. 2, kwartalnie
Rb. 1. W Królestwie i Ce-
sarstwie: rocznie Rb. 5, pół-
rocznie Rb. 2.50, kwartalnie
Rb. 1.25. Zagranicą rocznie
Rb. 6. Za odosłanie do do-
mu dopł. się miesięcznie k. 5
Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jedno-
szpaltowy lub jego miejsce:
Na 1 stronie okładki 30 kop.
Na innych stronicach 20 kop.
Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedynczy kosztuje
10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.**
Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz
niedzieli i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2.
Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się

MYDŁA Z PRZEPISU D-ra Lustra

specjalisty lekarskiej kosmetyki i chorób włosów
z Krakowa, wyrobu fabryki „Tlen“.

Mydło neutralne do konserwowania i udelikatnienia ce-
ry, tudzież do mycia twarzy i ciała dzieci.

Mydło alkaliczne № I (lub bez numeru) do cery połysku-
jącej (tłustej), skłonnej do wągrów i zżółceń.

Mydło alkaliczne № II do cery tłustej, skłonnej do pryszczy.

Mydło od łupieżu.

Sposób użycia załączony do każdego mydła.

Do nabycia wszędzie.

Wiele milionów!! Pluskiew, Prusaków, Karaluchów,
Pcheł, Much, Moli, Mrówek etc.
Łępi corocznie patentowany środek
Insektin fabrykanta **E. Schultz**,
Katowice g/Sz.
Żądać w aptekach i składach aptecznych.
Jedyny reprezentant na Królestwo i Cesarstwo:

Farmaceutyczne i Chemiczne T-wo Akeyjne
HENRYK WELT Warszawa, Przejazd 5.

Najlepszymi mydłami do mycia, udelikatniającymi
skórę są

Mydła przetłuszczone higieniczne

wyrobu Apteki



M. Malinowskiego

w Warszawie, Nowy Świat 35.

MUIRACITHIN.

przeciwno przedwczesnemu **osłabieniu nerwowemu,**

zgodnie z poglądami współczesnej nauki.

znakomity środek wzmacniający

przy wszystkich zaburzeniach układu nerwowego ośro-
dkowego, zotłdka oraz przy przeciążeniu umysłowym

Z pośród licznych odezw przytaczamy niektóre:

D-r Braun w Wiedniu:

„Wpływ ujawnił się w po-
prawie stanu nerwo-
wego chorych“

Prof. d-r Goll. Zürich.

„Muiracitina poprawia apetyt,
trawienie; chorzy nabierają
zdrowego wyglądu“.

**D-r Popper (z kliniki prof.
Senatora w Berlinie):**

„Muiracitina przedstawia
cenny nabytek dla medycyny“.

D-r M. A. w Pawłowsku:

„Muiracitina usprawiedliwiła
pokładane w niej nadzieje i
okazała się doskonałą“.

„Miałem jeden przypadek
pomyślnego działania Muira-
cithiny. Proszę ogłosić mój
przypadek“.

Lekarz M. I. K. Lekarz ambu-
latorium Goljańskiego.

„Na podstawie obserwacji
swoich przyszedłem do przekona-
nia, iż Muiracitina jest środ-
kiem specyficznym, wywierającym
znaczny wpływ na ośrodki mózgo-
rdzeniowe. Muszę zauważyć, iż
w tych przypadkach niemocy
płciowej, gdzie środka tego nie
stosowałem, nie widziałem tak
szybkiego i pewnego działania“

D-r S. W. K. Ordynator
etatowy Szpitala wojskowego w
Kazaniu.

„Miałem sposobność stosować
Muiracitine w 6 przypadkach. We
wszystkich przypadkach preparat
okazał się bezwarunkowo skutecz-
nym. W Muiracithinie medycyna
uzyskała potężny środek, który w
przyszłości odniesie świetne zwy-
cięstwo.“

D-r K. w Aschabadzie.

Obszerną literaturę wraz z odezwaniami rozsyła się darmo.
Muiracithinę można dostać we wszystkich głównych aptekach.

1) Akc. Tow. Henryk Welt. Warszawa Przejazd 5.
2) Łasku Piotrk. gub. w aptecce Bronisława Wład. Bor-
kowskiego.

Główny skład: Kantor preparatów chemicznych,
Petersburg, Newski pros. № 28, d. Singera



BOROXYL

**Ochronna marka zatwierdzona w Rosyji
za № 3717.**

Płyn do utrzymania twarzy w ciągłej odporności
przeciw wszelkim atmosferycznym i innym ze-
wnętrznym szkodliwym wpływom. Przyjemnie chłodzi
i odświeża twarz, nadając cerze delikatną i
matową białosć. Żądać w składach aptecznych
i perfumerjach.

Cena flakonu w Królestwie Polskiem 60 kop.
w Cesarstwie 75 kop. Główny skład w Warsza-
wie: w aptecce **Żelazna Brama № 8**, oraz w zna-
czniejszych składach aptecznych i perfumerjach.

Prenumerata „Kosmetyki“ w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal.
kwartalnie kor. 3.75 hal.

Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.

MYDŁO OGÓRKOWE kawałek 30 kop.
KREM OGÓRKOWY tubka 25 kop.
SRIRYTUS OGÓRKOWY flakon 60 kop.

poleca

Tow. Akc.

Fryderyk Puls

W WARSZAWIE

Skład główny: Plac Teatralny № 11.

Filja: Nowy Świat № 41.

DOSTAĆ MOŻNA WSZĘDZIE.

Dr. Luster — Kraków.

Pielęgnowanie cery.

Połysek twarzy.

Zapobieganie i leczenie.

(Dokończenie).

Rozwój higieny przyczynił się w niemalym stopniu do przeważającego dziś w medycynie kierunku z a p o b i e g a w c z e g o. Metoda ta okazała się nadzwyczaj zbawienną w wielu gałęziach lecznictwa, to też nie omieszkaliśmy zastosować ją do kosmetyki lekarskiej. Dążenia nasze skierowaliśmy głównie do uświadomienia ogółu w zakresie szkodliwości licznych szeregu zgubnych preparatów kosmetycznych, którym tysiące wybitnie pięknych kobiet zawdzięcza ruinę swej urody. Powtóre, pragnęliśmy zawsze zwracać uwagę na czynniki — niezależnie od środków kosmetycznych — wywołujące zmiany urody, względnie przedwczesną starość. Rozwinięte zaś przypadłości staramy się usunąć drogą, wytkniętą nam przez wiedzę medyczną, którą rozwinęliśmy w dziale kosmetyki lekarskiej własną pracą w szeregu lat naszej praktyki.

Myśl ta przyświecała nam już w zaraniu praktyki lekarsko-kosmetycznej, tembardziej iż wypadało nam zająć odrębne stanowisko wobec setek pism ulotnych zagranicznych, na pozór naukowych, a w istocie pozostających na usługach często niesumiennej fabrykantów, którzy zalewają niemi łatwowierną publiczność, jak niemniej wobec licznych „instytutów kosmetycznych” francuskich, których etyka i sumienność pozostawiają wiele do życzenia, a z racjonalną kosmetyką nie mają nic wspólnego.

Aczkolwiek niezależnie od nas, to jednak w duchu naszym powstał tygodnik „Kosmetyka”, który jest jedynym pismem, odzwierciadlającym najnowsze poglądy naukowe w zakresie pielęgnowania urody, a któremu setki czytelników obojga płci zawdzięcza-

ją znakomite rezultaty, o czym świadczą wyrazy uznania, nadsyłane pod adresem Redakcyi niemal codziennie.

Wyrażamy przekonanie, że właśnie wskazówkami z a p o b i e g a w c z e m i zdobyła „Kosmetyka” pierwszorzędną placówkę w literaturze kosmetycznej, wobec czego tej zasadzie i nadal będziemy hołdowali, korzystając jednocześnie z każdej sposobności, zawadzającej o potrzebę udzielenia rad w przypadkach r o z w i n i ę t y c h przypadłości.

Przypadłość, objawiająca się połykiem twarzy, należy właśnie do rzędu tych, które wymagają omówienia zabiegów zapobiegawczych i leczniczych.

W ostatnim numerze nadmieniliśmy, że momenty termiczne tudzież niektóre seksualnej natury sprzyjają wzmaganiu się wydzieliny płynnego tłuszczu.

Pozostaje zatem dodać, iż gorące napoje, zwłaszcza z zawartością pewnych składników, pobudzających układ nerwowy i naczyniowy, mają nieraz specyficzny wpływ na nienormalny bieg funkcji wydzielniczej w gruczołach. Do takich zaliczyć winniśmy: kawę, herbatę i alkohol. Dla ścisłości nadmieniamy — o czym z praktyki kilkakrotnie dowiedzieliśmy się — że pokarmy, zaprawiane pieprzem lub papryką, działają odruchowo na sprawność wydzielniczą gruczołów łojowych. W dwóch przypadkach obserwowaliśmy p o ł o w i c z y połysek twarzy na tle idyosynkrazji do pieprzu i papryki. Już na samo wspomnienie o wzmiankowanych odżywkach, a zatem drogą psychiczną, pokrywała się prawa strona warstwą oleistego tłuszczu, gdy lewa połowa twarzy zachowywała swój pierwotny matowy wygląd.

W warunkach normalnych spostrzegamy niemal u każdego człowieka rano przed umyciem twarzy większy lub mniejszy połysek, wywołany wyższą ciepłotą łóżka oraz szeregiem odruchów z centrów psychicznych. Wynika przeto z powyższego faktu *konieczność mycia twarzy rano wodą i mydłem*, w przeciwnym bowiem razie nie trudno narazić się na przykre następstwa, wynikłe z zaniedbania kardynalnych zasad higieny cery. Z codziennego doświadczenia wiemy, że większa część kobiet pudruje twarz rano, bez poprzedniego mycia jej, co z wielu względów zasługuje na potępienie.

Tłuszcz twarzy stanowi masę lepłą, pokrywającą się łatwo pyłem; wytwarza się zatem pasta, zamykająca szczelnie „pory”, a temsamem utrudniająca perspirację skóry. Na domiar złego jęlczeje owa tłusta powłoka szybko w temperaturze ciała, drażni skórę i sprowadza przedwczesne zwiótczenie jej.

Radzimy nie zwlekać z myciem twarzy do chwili załatwienia niektórych zajęć rannych, lecz bezpośrednio po przebudzeniu się starannie ją wymyć. Przekona się łatwo, i w krótkim stosunkowo czasie — każda zwolenniczka wygodnej metody pielęgnowania twarzy przy pomocy pudru — o zbawiennym wpływie wody i mydła na cerę. Połysek, wytwarzający się niemal z reguły w ciągu nocy, nazwiemy fizyologicznym

dla odróżnienia od chorobowej wydzieliny tłuszczu. Czynimy to głównie dlatego, że pielęgnowanie cery o połysku fizyologicznym, znikającym z twarzy po umyciu, różni się zasadniczo od leczenia skóry, produkującej stale płyn oleisty.

Przy połysku fizyologicznym należy zmyć twarz rano wodą gorącą i mydłem, poczem ochładza się ją kilkakrotnem splukaniem za pomocą zimnej wody. Chorobowa natomiast wydzielina płynnego tłuszczu nie znosi gorącej wody, wywołującej przekrwienie skóry, a co zatem idzie, spotęgowanie funkcji wydzielniczej gruczołów łojowych.

Przy sposobności zauważyć musimy, że mycie twarzy odbywa się nieumiejętnie. Rzecz na pozór błaha, a jednak stanowi źródło niepowodzeń w leczeniu schorzeń gruczołów łojowych. Przeważnie bowiem wciera się pianę mydła w policzki, a zatem w te części twarzy, które bardzo mało tłuszczu produkują, zostawia się natomiast niemal nietknięte: czoło, nos i brodę, które właśnie najobficiej wydzielają tłuszcz. Po wytarciu twarzy ręcznikiem przekonywamy się w takich razach z rozczarowaniem, że połysk z wymienionych ostatnio okolic twarzy nie ustąpił. Chcąc przeto połysk myciem usunąć, należy pianę mydła długo wcierać w wymienione części skóry twarzy a po splukaniu wytrzeć chropowatym ręcznikiem.

Przy skłonności do chorobowego połysku twarzy należy mycie stosować 2, 3 razy dziennie, atoli zawsze zimną wodą i mydłem.

Stosując szereg preparatów leczniczych w przypadkach nadmiernej wydzieliny tłuszczu w postaci oleistej, przekonałem się o doniosłej wartości jednego z tych, który zasługuje ze wszech miar na uwzględnienie. Preparatem tym jest:

Zincum — Perhydrol Mercka.

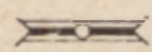
Jest to proszek biały, ziarnisty, składający się z cynku i tlenu. Tlen, zawarty w powyższym preparacie w postaci stałej, a w znacznej ilości, jest pierwszorzędnej dobroci, dzięki jego chemicznej czystości, własności dezynfekcyjnej i wybielającej.

Zalety tak wybitne tego preparatu znalazły rychło oddźwięk w leczeniu różnorodnych przypadłości skórnych w ogólności, a w szczególności: wrzodów i ran sączących, niektórych form i okresów wyprysku, oraz zmian po oparzeniu. Wysuszające i wybielające, a jednocześnie odkażające działanie Zinci—Perhydrolu Mercka zniewoliło mnie zastosować preparat ten do przypadłości o znaczeniu kosmetycznym, a liczne i wielostronne doświadczenia nie zawiodły moich oczekiwań. Dziś już śmiało stwierdzić mogę, że Zincum — Perhydrol Mercka zajmie wybitne miejsce w szeregu środków leczniczych, jakimi posługuje się kosmetyka lekarska. Obszerniejszą pracę o zastosowaniu tego preparatu do różnorodnych wad urody i sposób jego użycia odkładamy na później; dziś skreślimy tylko sposób zastosowania jego do połysku twarzy na tle wzmożonej wydzieliny tłuszczu.

Feljeton.

Aforyzmy i myśli.

Zebrał Z.



(Dokończenie).

Mniej byłoby na świecie tabetyków i podagryków, gdyby poeci mniej płodzili madrygalów na cześć miłości i wina.

Prof. Hirtl.

*

Spróchniałe zęby są ujemnem dobrodziejstwem kultury.

Prof. Gońka.

*

Złe skutki wadliwego pielęgnowania jamy ustnej są jeszcze większe, niż z zaniedbania skóry.

Prof. Röse.

*

Człowiek, który się odradza na świat po ciężkiej chorobie, przechodzi poniekąd znów przez wszystkie okresy dzieciństwa i pierwszej młodości z tą jedyną różnicą, że to, co dawniej liczyło się na lata, liczy się w takich warunkach na tygodnie lub nawet na dni.

H. Sienkiewicz.

*

Kto kosmetykami wojuje, ten od kosmetyków ginie.

Réjane.

*

Gdzie nie wchodzi słońce i powietrze, tam wchodzi lekarz.

Przysłowie włoskie.

*

Zalotność to prawo pięknej kobiety. Przyroda jest celową; broń ta więc, złożona w rączki niewieście, ma swoją rację bytu. Co do mnie — bardzo cenię zalotność, ostrzegając mnie bowiem, jak ów napis na kolejach: *Gardez vous des voleurs!* gwarantuje mi poniekąd swobodę ruchów i bezpieczeństwo.

Anatol Krzyżanowski.

*

Proszkiem tym wyciera się na noc lekko za pomocą waty okolicę, zajęte połyskiem, poczem pozostawia się nieco proszku na twarzy do rana. Rano splukuje się twarz zimną wodą, zakwaszoną octem toaletowym, dopiero po tej procedurze myje się twarz — jak zwykle — zimną wodą i mydłem.

Zakwaszanie wody, służącej do splukania proszku, ma doniosłe kosmetyczne znaczenie: pod wpływem kwasów uwalnia się z połączenia tlen i działa na skórę pojaśniająco.

Własności odkażającej tego preparatu przypisać należy rychle ustępowanie zadrażnień skóry, w następstwie jęczczenia zalegającego na twarzy tłuszczu.

Wspomnieliśmy wyżej, że Zincum — Perhydrol okazał się znakomitą środkiem w przebiegu niektórych okresów wyprysku; nawiązując przeto do jego własności leczniczej zmian wypryskowych nadmieniamy, iż proszek wzmiankowany działa zapobiegawczo przed powrotami wyprysku (eczema) u osób, skłonnych do tej choroby skóry. W tych atoli wypadkach unikać należy wycierania skóry, albowiem mechaniczne wpływy sprzyjają pojawieniu się wyprysku. Również wymagany jest w takich razach dodatek innych składników.

Przeciw połyskowi twarzy przepisuję Zincum — Perhydrol bez wszelkiej domieszki, a mianowicie:

Rp.

Zinci—Perhydrol Merck 15,0

Przeciw połyskowi twarzy—
do wycierania za pomocą waty.

Rp.

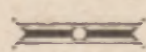
Zinci—Perhydrol 5,0

Zinci oxyd. Talci ven. aa 10,0

Puder. Przeciw powrotom wyprysku.



Notatki higieniczno-kosmetyczne.



Proszek menstruacyjny Geisha.

Pod nazwą powyższą (*Menstruationspulver Geisha*) od niedawna obiega w handlu środek „gwarantowany“, „nieszkodliwy“, „od wielu lat stosowany w Japonii (!?)“, który ma rzekomo usuwać „wszelkie nie-normalności w obiegu krwi u kobiet“.

Ścisła analiza tego „cudownego“ środka wykazała, iż składa się on wyłącznie ze sproszkowanego kwiatu rumianku. Za oryginalne pudełeczko, zawierają-

Kto dobrze odżywia, ten dobrze leczy.

Prof. Leyden.

*

Brud i niechlujstwo to — najgorsza choroba.

Prof. Szreder.

*

Lepszy ząb łatany, niż wprawiany.

Bauer.

*

Reforma kobiety powinna się zacząć od reformy jej stroju.

Prof. Stratz.

*

Miłość jest to wrażenie, odbierane przez nerw wzrokowy i przez naskórek. Na jednego działa wzrok, na innego—zmysłowy uśmiech. Z wiekiem wrażliwość ta tępieje a nawet zanika, a jednak nawet starcy żenią się.

Gamaston.

*

Nawet najrozumnieszka kobieta musi mieć w sobie trochę kokieteryj.

Zofia Rygier-Nałkowska.

*

Kobieta bez kokieteryj, to jak kwiat bez woni.

Gabryjela Zapolska.

*

Kąpiel słoneczno-powietrzna jest uwolnieniem skóry z narzuconych jej więzów, wydobywaniem jej ze sztucznych ciemności, zaduchu i wilgoci.

*

Walczmy z przeżytkami kultury w rodzaju mody, nakazującej noszenie obcisłych, grubych, ciemnych ubrań, zamiast wolnych, przewiewnych, jasnych; z przeżytkami, które stawiają na pierwszym planie zdobnictwo, a higienę uwzględniają... z łaski; z przeżytkami lecznictwa, które nakazują sztuczne rozgrzewanie ciała przez noszenie nieprzewiewnej, wielowarstwowej odzieży pod ciągłą grozą... zaziębienia. Walczmy z te-

ce 30.0 tego proszku, każe płacić sobie p. Geish 1 rb. 50 kop., gdy tymczasem takąż ilość rumianku w aptekach kosztuje aż... 10 kop. Ostrzegamy zatem...

Uwaga na czasie.

Prof. Ehrlich zwraca uwagę na szkodliwość spożywania owoców nieobmytych i radzi przed ich spożyciem obmyć takowe wodą bieżącą (w strumieniu wody z kranu wodociągowego), wytarłszy poprzednio czystą ściereczką warstwę kurzu, który zwykle je pokrywa. Najczęściej w kurzu, pokrywającym owoce, znaleźć można laseczki grzybicze, czego dowiódł Dr. Schnierer we Wiedniu.

Mleczna kuracja.

Osoby, którym zaleconą została kuracja mleczna, powinny pamiętać o tem, iż mleko należy pić powoli, albowiem przez szybkie picie zbyt obciąża się żołądek nadmierną ilością tego napoju, przyczem mleko źle bywa wchłaniane, gdyż w żołądku powstaje naraz zbyt wielka ilość sernika, i soki trawienne z trudnością mogą podjąć swemu zadaniu. Najlepiej jest pić mleko przez cienką rurkę szklaną lub słomkę, dzięki czemu mleko przedostaje się do żołądka małymi ilo-

mi średniowiecznymi pozostałościami ciemnoty i nie-
uświadomienia.

Dr. W. Miklaszewski.

*

Najskromniejsza kobieta, przeświadczona o swej brzydocie, jest co najmniej dziesięć razy tak brzydka, jak jej się samej wydaje, a przymierzając nowy kapelusz przed lustrem, mówi sobie z uśmiechem: „No, tak źle jeszcze nie jest“!

Aleksander Alko.

*

Trzydzieści lat starością dla kobiety nie może być nigdy, a bywa czasami kulminacyjnym punktem nie tylko jej rozwoju, ale nawet jej piękności.

Julja Terpiłowska.

*

Według obrachunku Dr. Stratza, dobrze zbudowane i prawidłowo rozwinięte kobiety powinny mieć szerokości w plecach 37½ centymetrów, w talji 25½, w biodrach 33½. Proporcje te u naszych kobiet z „in-

ciami i może być łatwo wchłaniane. Prócz tego przy kuracji mlecznej należy dbać o czystość jamy ustnej; o tem zwłaszcza winny pamiętać osoby słabe i źle odżywiane, tkanki których nie są w stanie przeciwdziałać różnym szkodliwym czynnikom, jak naprz. drobnoustrojom gnilnym, dla których kwas mleczny jest znakomitą podłożem.

Osoby zatem, którym lekarze zalecają pić mleko, powinny kilka razy dziennie czyścić zęby możliwie twardą szczotką i proszkiem, i prócz tego płukać usta jednym z eliksirów przeciwnilnych i odwaniających*).

Najnowsze leczenie rwy kulszowej (ischias).

Lekarze włoscy Massalongo i Danio leczą przypadki uporczywej rwy kulszowej wdmuchiwaniami tlenu około nerwu kulszowego za pomocą igły, połączonej drenem z naczyniem, zawierającym tlen. Dotychczasowe wyniki były pomyślne. Dalsze próby są w toku.

O leczeniu nawykowego zaparcia.

Wiadomo, iż wszelkie t. zw. w gwarze potocznej „nieczystości“ skóry, w rodzaju wągrów, pryszczy,

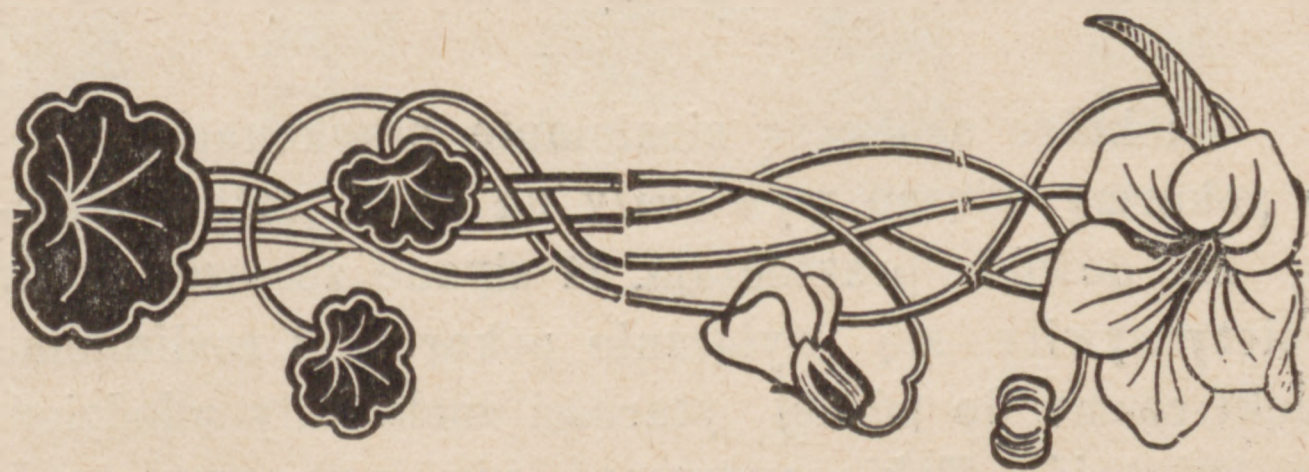
*) Szczegółowy wykaz tych eliksirów był podany w *MM* 20—27 „Kosmetyki“.

teligencji“ należy zmniejszyć do połowy, u rzeźniczek zaś, piekarek, przekupek i kupcowych podwoić.

Młode kobiety, jeżeli wierzyć poetom i powieściopisarzom, są składem różnych różności: w ustach mają perły, na wargach korale, wiśnie i miody, jabłuszka i maliny na piersiach, jedwab, heban i złoto we włosach, z alabastru ramiona, w oczach: czarne diamenty, szafiry, turkusy, iskry, żary, strzały, gwiazdy, nieba, przepaście, aksamity, bławaty, na twarzy lilje róże. Reszta ich powłoki składa się z marmurów, śniegów, płomieni. Prócz tego posiadają łabędzie szyje, skrzydła u ramion, gardła słowicze, nóżki sarenki, kocie pazurki, postawę bogiń, ruchy gazeli i t. d.

Autor, jako człek doświadczony i roztropny, woli w skrytościach ducha zachować sąd swój nad tą dziwną odmianą człowieka.

Kazimierz Bartoszewicz.



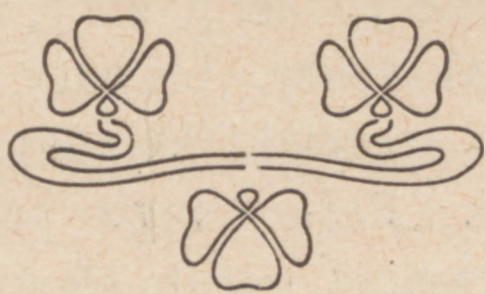
plam etc. powstają na tle nieprawidłowej przemiany materji. Ażeby przemiana ta odbywała się prawidłowo, t. j. aby w tkankach nie zalegały szkodliwe fermenty, zatruwające krew i niszczące cerę — należy ściśle przestrzegać sprawy dokładnego trawienia i unikać wszelkich zaburzeń w tym kierunku. Nadewszystko należy zwalczać energicznie nawykowe zaparcie (obstrukcję), na które cierpi podług statystycznych danych około 90% kobiet, i to przeważnie w młodym wieku. Przypadłość ta jest jednym z typowych objawów blednicy, niedokrwistości i neurastenii. Przy leczeniu obstrukcji środki przeczyszczające (których obecnie w handlu jest dużo *) powinny być stosowane oględnie i tylko w miarę istotnej potrzeby, gdy wszelkie inne zabiegi okażą się bezskutecznymi. Uwaga powinna być głównie zwróconą na moment *przyczynowy* cierpienia, a tym jest w większości przypadków u kobiet — gorset, wywierający mechaniczny ucisk na jelita i utrudniający wysoce przesuwanie się pokarmów, w następstwie czego występuje albo t. zw. obstrukcja *atoniczna*, polegająca na osłabieniu ruchów robaczkowych jelit albo też t. zw. obstrukcja *spastyczna*, polegająca na skurczu mięśni kiszkiowych, przez co również przesuwanie się treści zostaje wstrzymywane. W pierwszym przypadku brzuch bywa wzdęty, w drugim — wciągnięty.

Przy obstrukcji atonicznej dyeta winna być obfita i pobudzająca: zimna woda, pierniki, kefir (jednodniowy), kwaśne mleko, razowiec, owoce; z zabiegów fizycznych dobre usługi oddaje hydropatja, masaż brzucha oraz elektryzacja. Picie wód mineralnych bywa mało skuteczne.

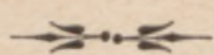
W przypadkach obstrukcji spastycznej dyeta powinna być posilna i nie drażniąca (mleko). Zabiegi fizyczne są przeciwwskazane.

*) O środkach tych pomówimy osobno.

Dr. L. S.



Czy i jak wpływa na cerę jarstwo?



Niektóre osoby są niezłomnie przekonane, jakoby pokarmy mięsne wywierały na cerę wpływ ujemny; na dowód przytaczają, iż słynne ze swej urody kobiety żywiły się wyłącznie pokarmami roślinnymi, dzięki czemu do późnej starości zachowały młodzieńczą świeżość. Taki argument nie wytrzymuje najmniejszej krytyki, albowiem wiele jest kobiet, spoży-

wających przeważnie mięso i mających mimo to cerę zadziwiająco świeżą i gładką, z drugiej zaś strony dużo jest jaroszków o cerze bardzo brzydkiej.

Co się tyczy żywienia, to przedewszystkiem należy mieć na względzie obok jakości — ilość pokarmów.

Mężczyzna dorosły, zdrowy, wzrostu średniego o przeciętnej wadze ciała (60—70 kilo), przy średniej pracy, spożywać winien codziennie: 100 gramów białka, 80 gramów tłuszczu i 450 gramów węglowodanów, prócz niezbędnej ilości soli, wody i całego szeregu środków innych, jak kwasy, gorycze, odżywki, niezbędnych do pobudzenia apetytu. Kobiety potrzebują około $\frac{4}{5}$ tej ilości. Posiadając mniej sił fizycznych, niż mężczyzna i używając ich mniej, kobieta ograniczać się może mniejszą ilością białka (względnie mięsa i pokarmów azotowych) a będąc bardziej nerwową, potrzebuje więcej pokarmów pobudzających. Młode dziewczę w okresie rozwoju, kobieta ciężarna i karmiąca, jak również kobieta w okresie przekwitania płciowego, wymagają *zwiększenia* ilości pokarmu oraz *urozmaicenia* tegoż.

Pożywienie może być podzielone na dwie grupy, stosownie do tego, jakie straty wynagradza w ustroju. Do pierwszej grupy należą pokarmy t. zw. *twórcze*, do drugiej t. zw. *utleniające*; pierwszych dostarcza świat zwierzęcy, drugich — świat roślinny.

Człowiek jest istotą *wszystkożerną*, jak tego poucza badanie jego ustroju a w szczególności budowa zębów i przewodu pokarmowego, musi zatem żywić się zarówno pokarmami mięsnymi, jak roślinnymi. Osoba, żywiąca się wyłącznie pokarmami roślinnymi, naraża się na zaburzenia w trawieniu; przewód pokarmowy przepełniony bywa gazami; osoba taka zapada na częste biegunki, zbyttno tyje, traci siły, ubożeje w krew; wreszcie źle strawione pokarmy ulegają butwieniu i wytwarzają szkodliwe dla ustroju fermenty, powodujące różnego rodzaju wykwity skórne. Wyłączne spożywanie pokarmów mięsnych wywołuje również niepożądany dla urody objaw: *przedwczesną starość*.

Stąd wypływają wnioski następujące:

1) pożywienie osoby zdrowej musi być nietylko mieszanem, lecz także *urozmaiconem*, t. j. składać się zarówno z substancji ze świata zwierzęcego jak i roślinnego;

2) pokarmy *wyłącznie* roślinne *źle* wpływają na cerę;

3) pokarmy *wyłącznie* mięsne również *źle* wpływają na cerę;

4) dyeta ściśle roślinna stosowaną być winna tylko w niektórych chorobach.

Dr. K.



Odpowiedzi Redakcji.

P. Antoninie R. 1) Nie należy używać gęstych grzebieni — łuski usuwa się z głowy wodą i mydłem od łupieżu; układać włosy należy rzadkim grzebieniem z rogu lub z kości o tępych zakończeniach. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Szkodliwy — zawiera sublimat. 4) Pigułki te zawierają arszenik.

Wiernej przyjaciółce „Kosmetyki“. 1) Dziękujemy serdecznie za słowa uznania — zamieszczamy w numerze dzisiejszym. 2) Woda utleniona. 3) Zawiera lapis. 4) Preparat bezwartościowy. 5) Idyosynkrazja—wrażliwość na leki.

Kopciuszkowi. 1) Woda borna (łyżeczka na szklankę wody). 2) Perhydrolmundwasser do płukania ust. 3) Wazelina żółta. 4) Włosy z twarzy dadzą się radykalnie tylko prądem galwanicznym usunąć.

Natretnej. 1) Krem mitinowy. 2) Bez mydła. 3) Spirytus ogórkowy. 4) Środek ten jest bardzo dobry, stosować go jednak można tylko z przepisu lekarza. 5) Preparat bezwartościowy. 6) Woda ciepła i mydło neutralne. 7) Skóra łuszcząca się i pokryta liszajami nie znosi ani gliceryny ani spirytusu mydlanego.

P. Balickiej. 1) Adresów firm handlowych nie podajemy — znajdzie je Sz. Pani w dziale ogłoszeniowym. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Technika farbowania włosów była podana w № 14 „Kosmetyki“. 4) Farbę tę można nabyć w pierwszorzędnym perfumerjach i składach aptecznych. 5) Przepis był podany w № 7 „Kosmetyki“ r. z. — przyrządzi każda apteka.

Łysiejącej. 1) Środków przeciw wypadaniu włosów jest bardzo dużo, a każdy przypadek wymaga innego leczenia. W przypadku, o jakim mowa, dobre usługi odda faradyzacja włosów, zwracamy jednak uwagę, iż organizm należy pokrzepić posiłkiem odżywianiem się. 2) Ścinanie włosów uważamy za zbyteczne.

Szeptnej. 1) Białe guzki pod oczyma usuwa się radykalnie prądem elektrycznym. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Raz na 2—3 tygodnie.

Aptekarzowi na prowincji. 1) *Brylantyna* podług przepisu następującego:

Rozpuszcza się i przesącza:

Olei Ricini 10,0
Sapon. medic. 1,0
Benzoes 1,2
Spiritus vini 90,0
Olei Ros. 0,03
Olei Bergam. 0,12.

2) *Akazien Gesichtscrème* składa się z mydła potasowego, kwasu bornego, azotanu bizmutu i olejków eterycznych. 3) O cenie preparatów wzmiankowanych poinformują: Akc.

Tow. L. Spiess i Syn, Akc. Tow. „Motor“ i Akc. Tow. H. Welt w Warszawie.

Dr. M. w Kursku. 1) Ocenę tego preparatu podaliśmy w № 16. 2) Zawiera ołów. 3) W numerze dzisiejszym. 4) Za słowa uznania dla naszej pracy serdecznie dziękujemy.

Blondynce. 1) Ocet toaletowy. 2) 10% roztwór formaliny. 3) W numerze dzisiejszym. 4) Zawiera ołów — szkodliwe.

P. Anatolowi L-skiemu. 1) 10% roztwór formaliny i mydło salolowe Malinowskiego. 2) Hydropatja i brom podług wskazówek lekarza domowego. 3) Środek bardzo dobry, przedtem jednak radzimy zasięgnąć porady lekarza.

Silnej brunetce. Radykalnie tylko prądem elektrycznym.

P. Annie M. 1) W rumianku można myć, natomiast żółtka jaj nie radzimy stosować do mycia głowy, albowiem usunięcie żółtka wymaga bardzo starannego i długotrwałego zmywania, a przytem pozostawiona część żółtka jęlczeje szybko, drażni skórę i wydziela nieznosną woń siarkowodoru. 2) Otrąbki do mycia można zalecić, nie należy jednak stosować stale zabieg taki. 3) W wyciętych.

Litwince. 1) Preparat ten zawiera żywicę benzoesową i u Sz. Pani jest przeciwwskazany, gdyż może wywołać węgry i pryszczę. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Raz na tydzień. 4) Spirytus ogórkowy. 5) Adresów lekarzy nie podajemy.

Łodziance. 1) Pigułki te zawierają arszenik. 2) Zawierają jodek potasu (Kali jodatum). 3) Bez zalecenia lekarskiego nie radzimy stosować. 4) Poinformować może tylko dentysta, po dokładnem obejrzeniu.

Dorożej pannie. 1) Nie pudrować i nie farbować. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Bez mydła. 4) *Eau de Beauté* zawiera ołów — szkodliwa.

Putkownikowej C. 1) W numerze dzisiejszym. 2) Raz na 2 tygodnie. 3) Woda utleniona pojaśnia włosy. 4) Metoda farbowania włosów była szczegółowo podana w № 14. 5) Zawiera ołów—szkodliwa.

Drogiście. 1) Przepisy były podane w № 7 r. z. 2) W numerze dzisiejszym. 3) O cenie hurtowej poinformuje fabrykant. 4) W jednym z najbliższych numerów.



Kosmetyczne przetwory Mitinowe

D-ra Jessner'a z Królewca.

Mitinum purum — „fizyologiczny“ podkład do maści — zawierający czysty tłuszcz emulsjowany i znaczną ilość cieczy surowiczej — najdelikatniejsza massa do maści.

Krem Mitinowy — Mitin crème — wciiera się znakomicie, nie pozostawia śladów tłuszczu — skóra chropowata przybiera wygląd delikatny — szczególnie zalecany dla bardzo wrażliwej skóry. — Krem mitinowy posiada bardzo przyjemny zapach.

Pasta Mitinowa — krem o stałszej konsystencji o barwie skóry. przywraca normalne cechy skórze tłustej, wilgotnej i błyszczącej — nadto czyni niewrażliwą skórę, skłoną do zapalenia.

Mydło Mitinowe — przetłuszczone z zawartością 100% mitiny — znosi je doskonale najwrażliwsza skóra, mydło o nadzwyczaj przyjemnym zapachu — nadaje piękną i delikatną cerę.

Puder mitinowy tłusty zawiera 200% mitiny — nadaje skórze delikatny wygląd, przytłumia błyszczenie, bez wysuszania skóry, zabezpiecza od wpływu ostrego powietrza — jako też wilgotnego — posiada piękny zapach i bywa w kolorach — różowym, rachel i białym.

Proszek Mitinowy dla dzieci — usuwa znakomicie zaczerwienienie i wilgotność skóry — nadaje się doskonale do przysypywania dla dzieci.

Krem mitinowy zabezpieczający od promieni słońca (Lichtmitin) zawiera chininę, nadtlenek wodoru i mitinę — zabezpiecza od obrażeń świetlnych, od piegów i prążenia słonecznego, wciiera się zrana i w południe w skórę twarzy i rąk.

Krem mitinowy od odmrożenia (Frostmitin) zawiera ichthyol, balsam peruwiański, olejek terpentynowy i t. d. zabezpiecza od bąbli zaczerwienienia skóry, — wciierać należy zrana, na noc zakłada się opatrunk.

Perhydrol Mundwasser podług Prof. D-ra Med. Körnera z Halle — zawiera 30% najczystszej dwutlenku wodoru Merka (H_2O_2) z odpowiednią ilością najczystszej olejku miętowego Mitsham. Zaleca się jako bezwarunkowo najpewniejszy środek antyseptyczny do płukania ust po każdorazowym jedzeniu — jak również zrana po uprzednim wyczyszczeniu mechanicznym zębów pastą lub też proszkiem. W handlu znajduje się w praktycznym opakowaniu z aluminiowymi kieliszkami z nacięciem, wskazującym ilość perhydrolu, służącą do jednorazowego płukania jamy ustnej — pierwsza sztrycha na kieliszku (linja) wskazuje ilość wyłącznie perhydrolu — następna zaś — ilość wody dolanej do perhydrolu i mającej służyć do jednorazowego przepłukania ust.

Preparaty te wyrabia tylko

Chemiczna Fabryka Krewel i S-ka. w Kolonji nad Renem. Reprezentant na Królestwo Polskie i Litwę S. Rosciszewski, Bracka 6.

Hurtowa sprzedaż: Tow. Akc. Ludwik Spiess i Syn i Tow. Akc. Henryk Welt, Warszawa.

Detaliczna: we wszystkich aptekach, składach aptecznych i perfumerjach.

Proszek ARAGAC

M. S. Mirzajanca

Z Kaukaskiej rośliny, środek na wytępienie much, mol', karaluchów pcheł, pluskiew i innego robactwa. Sprzedaż we wszystkich Składach Aptecznych.

Cena 60—30 i 15 kop.

Z powodu wielu zafałszowań i naśladowań wymagać na etykietach z górą o dwóch wierzchołkach napisu: Etykieta zatwierdzona przez departament Handlu i Przemysłu.

Wyłączna sprzedaż na gub. Królestwa Polskiego w Towarzystwie Akcyjnym Przetworów Chemicznych i Aptecznych.

HENRYK WELT

Przejazd № 5, dom własny,

Telefon № 10-59 i 10-60.



Towarzystwo Akcyjne „St.-Petersburskie Laboratorium Chemiczne“

(założone w r. 1860)

Izmajłowski Prospekt № 27.

Złoty Medal Paryż 1900 r.



Ocet toaletowy

Dzięki różnorodnym własnościom kosmetycznym swoich części składowych stał się niezbędnym środkiem toaletowym.

Do nabycia we wszystkich znaczniejszych perfumerjach i składach aptecznych.

Towarzystwo Akcyjne

„St. Petersburgskie Laboratorium Chemiczne“

(założone w roku 1860)

Izmajłowski prosp. № 27.

Medal Złoty Paryż 1900 r.

Poleca ostatnie nowości:

Wodę kolońską kwiatową

Kwitnący Hyacynt.

Fru-Fru.

Kwiat jabłoni.

Kwitnący bez.

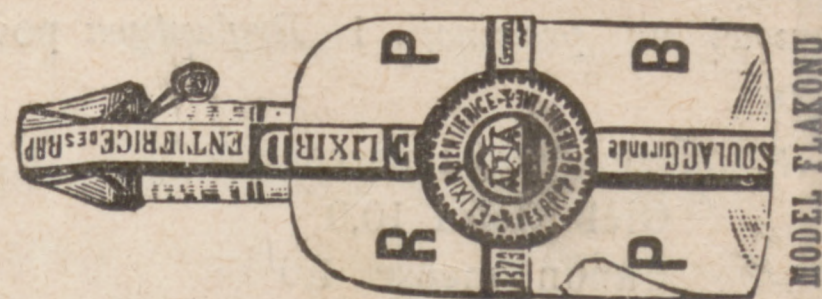
Storczyk.

Trèfle (Bukiet szczycia)

Mon rêve, Idéal, Brise de Violettes, Muguet royal.

Nie mające sobie równych pod względem gatunku i zapachu.

Do nabycia w znaczniejszych perfumerjach i składach aptecznych.



ŚRODKI DO ZĘBÓW

ELIKSIR, PROSZEK i PASTA

Ojców BENEDYKTYNÓW

Opactwa SOULAC

WAŻNA UWAGA:

Flakony eliksiru Benedyktynów nie opatrzone plombą komory celnej rosyjskiej powinny być uważane za podróbione.